

DAFTAR PUSTAKA

- Adhianto, K. G., & Arief, N. A. (2023). *Hubungan aktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani peserta didik sekolah menengah pertama. Jambura Journal of Sports Coaching*, (2), 134–141.
<https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjsc/article/view/20978>
- Afdalia, A. P., & Gani, I. (2023). *Dampak pengaruh gadget terhadap interaksi sosial anak usia dini. *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan dan Penyuluhan Islam*, 10(1), 87–96. https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Irsyad_Al-Nafs/article/view/41022
- Alvia, A. S., Wibisana, M. I. N., & Kresnapati, P. (2026). *Analisis penggunaan screen time terhadap tingkat aktivitas fisik dan hasil belajar psikomotor senam siswa. Journal of Sport Science and Physical Education (JOSEPHA)*, 7(1), 37–42.
<https://journal.sanagustin.ac.id/index.php/josepha/article/view/248>
- Aubert, S., et al. (2022). Global Matrix 4.0 on Physical Activity for Children and Adolescents.
- Banuwanto, N. R. (2022). *Hubungan screen time dengan aktivitas fisik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana. Universitas Kristen Duta Wacana*. <https://repository.ukdw.ac.id/id/eprint/7531>
- Bull, F. C., et al. (2020). *World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. British Journal of Sports Medicine*.
<https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>
- Carson, V., et al. (2020). *Canadian 24-hour movement guidelines for children and youth*.

- Carter, B., et al. (2020). *Association between portable screen-based media device access and sleep outcomes.*
- Chaput, J.-P., Willumsen, J., Bull, F., Chou, R., Ekelund, U., Firth, J., et al. (2020). *2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour for children and adolescents aged 5–17 years: Summary of the evidence. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 17(141).* <https://doi.org/10.1186/s12966-020-01037-z>
- Domoff, S. E., et al. (2020). *Development and validation of the Problematic Media Use Measure.*
- Fadly, D. (2024). *Tantangan bagi perkembangan psikososial anak dan remaja di era pendidikan modern: Studi literatur. Venn: Journal of Sustainable Innovation on Education, Mathematics and Natural Sciences, 3(2), 66–75.* <https://pustaka.my.id/journals/venn/article/view/156>
- Fang, K., et al. (2022). *Screen time and childhood obesity: A systematic review and meta-analysis.*
- Fikriyah, Z., Noordia, A., Firmansyah, A., & Sholikhah, A. M. (2024). *Hubungan keterpaparan gadget dengan pola makan, daya ingat, dan aktivitas fisik anak sekolah dasar. Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan.*
- Goswami, P., & Parekh, V. (2023). *The impact of screen time on child and adolescent development: A review. International Journal of Contemporary Pediatrics, 10, 1161–1165.* <https://www.ijpediatrics.com/index.php/ijcp/article/view/5550>
- Hale, L., et al. (2021). *Youth screen media habits and sleep.*
- Jalilah, S. R. (2021). *Analisis dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan fisik dan perubahan perilaku pada anak sekolah dasar. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 41), 28–37.*

- Julia Novita Putri, Sumiatin, T., Su'udi, & Yunariyah, B. (2024). *Penggunaan gadget dan perubahan perilaku remaja di sekolah menengah atas Tuban*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(8), 376–383.
<https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIKMC/article/view/1389>
- Muhammad, B. R., Nugraha, A., Suliyawati, E., & Yulyyawati, R. (2025). *Hubungan durasi penggunaan gadget dengan kejadian mata lelah (astenopia) pada remaja SMAN 1 Garut*. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(1), 173–184.
<https://yapindo-cdn.b-cdn.net/article/70344/1750821673973.pdf>
- Nahak, A. E. L. (2023). *Hubungan antara durasi penggunaan gadget dengan aktivitas fisik pada remaja awal*. *Widya Mandala Surabaya Catholic University*. <https://repositori.ukwms.ac.id/id/eprint/36115>
- Nguyen, P., et al. (2020). *The effectiveness of sedentary behaviour interventions on sitting time and screen time in children and adults*. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*.
- Ningrum, Y. C., Noviani, N. E., & Fauzia, F. R. (2023). *Hubungan minum kopi dan screen time dengan aktivitas fisik pada remaja*. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 481–490.
<https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/prosemnaslppm/article/view/84>
- Nurmidin, M. F., Fatimawali, F., & Posangi, J. (2020). *Pengaruh pandemi COVID-19 terhadap aktivitas fisik dan penerapan prinsip gizi seimbang pada mahasiswa pascasarjana*. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(4), 28–32. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ijphcm/article/view/31169>
- Nusi, I., Kadir, S., & Aulia, U. (2025). *Hubungan durasi penggunaan alat elektronik (gadget), aktivitas fisik, dan pola makan dengan status gizi pada remaja di*

- SMP Negeri 1 Kota Gorontalo*. Jurnal Kolaboratif Sains, 8(1), 377–389.
<https://www.jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS/article/view/6686>
- OECD. (2021). *21st century readers: Developing literacy skills in a digital world*.
- Oswald, T. K., et al. (2020). *Psychological impacts of screen time and green time*.
- Petersen, T. L., et al. (2020). *Association between parent and child physical activity*.
- Prasetyo, A. U., & Sajawandi, L. (2024). *Analisis perubahan perilaku pada anak usia dini yang kecanduan gawai*. Jurnal Cerlang PG PAUD, 1(2), 16–23.
<http://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/jcpaud/article/view/2077>
- Rayhan, M. (2026). *Hubungan penggunaan gadget dengan aktivitas fisik pada peserta didik kelas atas SDN Sejati Kecamatan Moyudan Kabupaten Sleman*. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Aktivitas Jasmani, 5(1), 14–23.
<https://jurnal.uny.ac.id/index.php/jpdaj/article/view/94986>
- Rocha, B., & Nunes, C. (2020). *Benefits and damages of touchscreen devices for child development*.
- Sujarwati, A., Agustina, E., Azmiyannoor, M., Rosadi, D., Fakhriyadi, R., Fadillah, N. A., ... & Nisa, M. A. (2023). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku aktivitas fisik pada remaja di Kota Banjarbaru Tahun 2021*.
<https://scholarhub.ui.ac.id/bikfokes/vol3/iss3/5>
- Suwandaru, C., & Hidayat, T. (2021). *Hubungan aktivitas fisik dengan prestasi belajar siswa SMK Negeri 1 Surabaya*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 9(1), 113–119. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/37969>
- Syalfina, A. D., Mafticha, E., Putri, A. D., Irawati, D., Priyanti, S., & Sulistyawati, W. (2024). *Faktor yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik pada remaja*. Al-

Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences), 13(2), 298–306. <https://jurnal.ikta.ac.id/kesmas/article/view/2825>

UNICEF. (2021). *The State of the World's Children 2021*.
<https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021>

Wanno, R. K. (2024). *Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada remaja di SMP Negeri 36 Surabaya*.
<https://repository.stikvinc.ac.id/id/eprint/439/>

World Health Organization. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. *World Health Organization*.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>